

正面行為支持的常見策略

如何強化正面行為呢？在做完行為功能評估（Functional Assessment）後，我們可由幾個方向著手，建立一個合適的 PBS 計劃加以實行。以前述美美上幼兒園為例，我們來看以下 PBS 常見的策略。

環境策略：由改變事件環境因素著手

- 加強孩子的認知理解：例如增加美美對幼兒園的認知；讓家長和老師在不同時間，運用「社交故事」（Social Story），讓美美了解為何要去幼兒園、在那有那些人、會做些什麼事、媽媽何時會來接她等等。
- 提高環境及生活品質：例如在美美進幼兒園的頭幾天，可以由媽媽陪同以幫助穩定她的心情；或是在進入教室後，可以馬上讓她做她最喜歡的活動或遊戲做為強化/獎勵。
- 在活動和遊戲之間包含各種獎勵：在點心時間提供美美最愛的點心。
- 發展友誼：幫助美美建立友誼，例如邀請幼兒園的朋友到家裡玩。

正面行為支持的常見策略

www.actcommunity.ca/act-in-chinese/

預防策略：以不同策略防範問題行為的發生

- 以視覺策略 (Visual Strategy) 如每日行程、迷你行程、「社交故事」 (Social Story) 或「圖片兌換溝通系統」 (Picture Exchange Communication System) ，讓孩子更能預測會發生的事，進而減低焦慮感，降低因活動轉換而可能發生的問題行為。例如在到達幼兒園要下車前，重溫 (Social Story) 以提醒美美。再者若美美很不喜歡做手工藝 (Arts and Crafts) 的時間，我們可以做圖表讓她了解；只要做完手工藝，就是點心時間，可以吃她最愛的餅乾和果汁，以此預防及強化做手工藝這項工作。
- 提供選擇：讓孩子自己選擇。例如我們希望美美畫畫，就可以問她；你要黃蠟筆還是要紅蠟筆？而不是問她；你要不要坐下畫畫？因為如果她不愛畫畫，常我們得到的答案都是 NO 或問題行為。
- 以簡明易瞭的方法傳達我們的要求，並給孩子充份的時間作出反應：例如 要求孩子洗手吃點心，可以簡單的說「先洗手，再吃點心。」 (First wash hands, Then snack) ，並配合圖片讓孩子更快了解。而不要說一長串「美美，看看你的手，被蠟筆弄的好髒，我們趕快用肥皂洗乾淨，之後吃點心才不會把髒東西吃到肚子裡歐.....」

正面行為支持的常見策略

www.actcommunity.ca/act-in-chinese/

- 穿插難易不同的要求：兩樣簡單的要求後面加一個稍難的工作，多易少難，增加成功率。如；美美 1 放背包，2 放外套，3 坐到藍地毯上。
- 利用可能發生的正面附帶事件，自然的帶動孩子的合作。例如洗手；美美，我們先洗手，就可以吃點心了。或是；你做完功課，就可以看半小時卡通。但要特別注意，我們希望以正面的條件影響孩子，而不是以負面的威脅。因為威脅會引起孩子焦慮，造成親子關係緊張。
- 碰到難的工作時，可用輪流 (Turn Taking)、或所謂的前向連鎖(Forward Chaining)、和倒向連鎖 (Backward Chaining) 共同合作完成，以加強工作意願和成功率。例如；要求美美使用剪刀時，可以用你剪一段，我剪一段；或美美先剪後老師完成；或老師先剪後讓美美完成的不同方式。

教學策略

- 根據孩子程度的不同、及其行為所想表達的目的，教孩子使用口語、手語、或圖片等適當的溝通技巧以取代問題行為。
- 使用安全信號 (Safety signals)，強化孩子的忍耐度。例如；再寫 3 個字，我們就可以玩球。
- 教導孩子如何談判、之後妥協和接受不同的選擇。例如；媽媽陪美美做完 Circle Time 再離開。或“現在不行吃點心，等一下好嗎？”或“你可以再玩五分鐘，OK？”

正面行為支持的常見策略

www.actcommunity.ca/act-in-chinese/

後果策略：以正面獎勵，強化我們所期望的行為。

- 以正面的後果，不管是口頭讚美、實質獎賞或喜歡的活動，只要是孩子喜歡的美美進入教室，就可以玩五分鐘她最喜歡的玩具。
- 注意：不是只有孩子完全做到行為後，才給與獎勵。只要孩子有嘗試的意願，有試著做但做不好，或這次比上次做的好，都應該給與獎勵。我們要把注意力放在孩子好的一面，而不是沒做或不好的一面。例如；美美著色 (color)一幅畫，但只有太陽畫的最好，沒有越線，我們就要針對這一點，獎勵她，並清楚告訴她“美美，你的太陽畫的真好！都畫在線裡面，真棒！同時給她一個她喜愛的貼紙。
- 只要孩子使用上述教學策略中任何一樣技巧，而非以問題行為來表達其意願，不管是言語溝通、或等待忍耐，我們就要馬上給與認同和獎勵。
- 忽視前奏行為，進而提醒孩子用語言或其他合宜的方法溝通。例如；“你好像很想玩這個玩具，你可以說「玩具」”一旦孩子重覆「玩具」，就馬上給予玩具做為獎勵。
- 忽視小問題並使用安全信號，只要孩子服從指令，就要即時獎勵。

透過分析孩子的行為，改變環境因素，預防可能的問題行為，教導並強化正面行為，多練習，維持一貫性，家長也可以輕鬆駕馭孩子的問題行為。

正面行為支持的常見策略

www.actcommunity.ca/act-in-chinese/